

お悩み解決！旅するカラダ

第27回

耳の病気と予防

聴覚に異常が起ると仕事や生活だけでなく、精神や認知機能にまで悪影響を及ぼしかねません。中高年に多い耳の病気と将来のための予防法を知っておいてください。



笠井 創先生

かさい はじめ●1977年、千葉大学医学部卒。医学博士。国保君津中央病院耳鼻咽喉科医長、国立がんセンター病院頭頸部外科医員、千葉大学医学部耳鼻咽喉科非常勤講師などを経て、1999年、笠井耳鼻咽喉科クリニック・自由が丘診療室開設。
HP www.linkclub.or.jp/~entkasai/

中高年を悩ます耳の病気

聴覚に異常が起つ病気には、2、3日で治るものから長年つきあわなければならぬものまで、様々あります。主だったものの症状や治療法を紹介します。

あまり気にせず、おおらかに

ます。

こまめに耳垢の掃除をすることが大

切ですが、逆に、耳掃除や洗髪の後に

起ることも珍しくありません。高齢

になると耳の皮膚も弱くなりますか

になります。耳垢を無理に取ろうとすると、皮

膚を傷つけ出血することもあります。

されるようになりますが、加齢によつてその機能が衰えるとともに、耳

垢が乾燥してカサカサになることで、

どうしても詰まりやすくなつてしまい

突然、耳が塞がつたように音が聞こえにくくなることがあります。そのよくなさとくに疑われるのが、耳垢栓塞

になります。耳垢栓塞は耳の外耳に起こりますが、中

耳の異常が原因となる主な病気に、耳管狭窄症や耳管開放症があります。

前者は、中耳と上咽頭をつなぐ耳管が狭くなり、後者は耳管が閉じにくくな

る病気です。音が聞こえにくくなったり、耳が詰まった感じになつてボーッ

としたり、自分の声が耳に大きく響くこともあります。

耳管狭窄症は風邪による上気道炎や鼻炎、副鼻腔炎などによつて発症する

こともありますから、治療には抗炎症薬を用いるのが一般的です。一方、耳管開放症には薬液や器具などを使つて、耳管の通り具合を狭くする治療法

があります。

症状の程度はさまざまあり、軽い場合、早ければ2、3日で治ります。発症時の症状がそれより悪化することはあります。中等程度以上の場合は、治療は良くありません。完治するための治療法は確立されておらず、ステロイド剤やビタミン剤の服用が有効とされています。

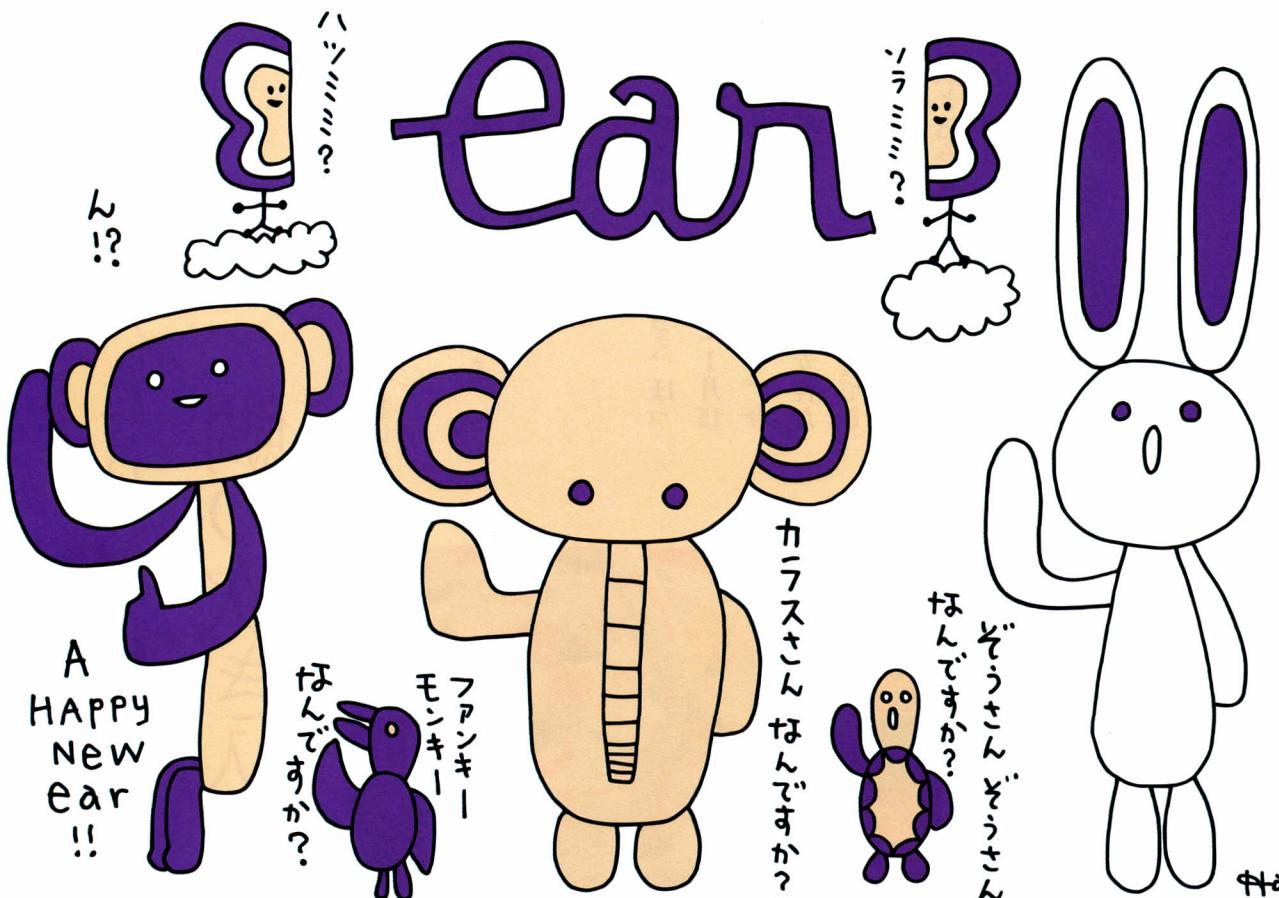
これもマスクの影響でしょう。この病気を疑つて受診する患者さんが、最近増えています。

最近、有名人が次々とかかつて話題になつているのが突発性難聴です。そ

うい人は、耳鼻科で定期的に除去してもらつてください。

耳垢栓塞は病気とはいえませんが、たまりが耳垢と軽んじることなく、たまり

もしもし カメさんなんですか？



Harold

程度の差はあるものの、誰でも高齢になると耳が遠くなります。補聴器という対症療法もありますが、若いころから生活習慣に気をつけることで予防できることも分かつてきています。

老人性難聴と対症法

補聴器を使うか 生活習慣を見直すか

蝸牛を構成する細胞は音を電気信号に変えて脳に伝える働きをしていますが、この細胞の機能が低下することでお聴力が衰え、老人性難聴（感音難聴）を引き起こします。機能低下の主な原因は老化です。

近年の高齢化によって、男女を問わず、耳が遠くなる人が増えています。

もちろん個人差はありますが、遺伝的因縁も大きいので、両親や祖父母に耳の遠い人がいたら、将来、自身もそのようになる可能性は高いといえるでしょう。老化現象のひとつですから、根治できる治療法はありません。

対症療法として一般的によく用いられているのが補聴器です。補聴器を使うことでかなりよく聞こえるようになります。

お年寄りの中には、自身の老化を認めたくないということから、補聴器の使用を嫌がる人も少なくありません。

あくまで本人の判断次第です。ただし、聴覚のハンデキャップを持つと、抑うつ症状を抱えたり、将来、認知症になつたりするリスクが高まるといわれていますし、さらに、補聴器の利用者は、認知機能指標も高いと指摘されています。QOL（生活の質）に支障が出ているようなら、試してみてはどうでしょうか。

購入する前に耳鼻科を受診し、正確な聴力と外耳道や中耳に異常がないかを検査してもらうといいでしよう。生活習慣病が生活習慣を改善することで予防できるよう、感音難聴も予防できるという研究報告があります。生活習慣病や肥満などがリスク要因としてあげられており、特に糖尿病や喫煙と難聴の強い関連性は疫学調査でも明らかにされているところです。

また、老化を促進させる活性酸素を除去するために、ビタミンやポリフェノール、酵素を補助するアリボ酸など抗酸化物質の摂取をすすめる医師もいます。